



ELLE

MODA BEAUTY SHOPPING MAGAZINE ELLE ACTIVE

ABBONATI NEWSLETTER

Q IT

**1** Nureyev, il grande**2** Eva contro Eva**3** L'oroscopo dal 14 al 30 maggio 2019**4** Karl For Ever**5** ABC Sneakers

Dimagrire da ferme è possibile. No, i miracoli non esistono, ma qualche trucco c'è

I device e i prodotti intelligenti per tornare in forma (quasi) senza fatica

ELLE DI BARBARA LALLI 27/05/2019



Scorciatoia ideale per le pigre croniche e le sportive della domenica, i device intelligenti sono perfetti anche per chi fa regolare attività fisica, ma deve rimodellare solo certi punti. Mai pensare che le macchine possano sostituire o sport. Ma non è necessario strafare con ore in palestra o corse estenuanti. Iniziamo con evitare l'ascensore e camminare il più possibile... Per una **remise en forme mirata**.



Ottime vibrazioni

È trasversale viso e corpo, viene utilizzata in campo estetico ma è stata sperimentata anche in quello medico. La tecnologia Endosphères è tutta made in Italy e, grazie alla sua efficacia, ha già avuto successo in Europa, in Russia e da poco anche negli Stati Uniti, a Los Angeles. Dove già spopola fra le star, in particolare ne è fan la figlia di Demi Moore, Tallulah Belle, che si è affidata a Endosphères per mantenere il corpo ereditato dalla madre (basta seguirla su Instagram, tallulah (@buuski)). Come funziona? Le 55 sfere posizionate a nido d'ape sul manipolo, che varia di grandezza a seconda se viene utilizzato sul viso o sul corpo, trasmettono potenti vibrazioni generando una pressione ritmica sui tessuti con risultati visibili già dopo poche sedute.

Info: da 80 euro, su endospheres.it

Il prodotto in più: Gelcrema Hydrafusion di Rilastil (35 euro, in farmacia).

P

COURTESY PHOTO



COURTESY PHOTO

A colpi di calore

Se da un lato sono noti da tempo i benefici dell'effetto termico sul rassodamento e rimodellamento della pelle, nonché della sua efficacia sciogligrasso, dall'altro non è detto che tutte le radiofrequenze, che agiscono solo con il calore, siano parimente efficaci. Le più recenti e innovative, infatti, direzionano l'energia nei tessuti dall'interno verso l'esterno, sia per agire più in profondità e quindi essere più performanti, sia per evitare bruciature. In una parola, si tratta dell'ultima nata in fatto di radiofrequenza, quella monopolare capacitiva con controllo digitale. La buona notizia è che si trova in istituto e si chiama Efficacy di Germaine De Capuccini. Sul corpo centra ogni obiettivo: cellulite, rassodamento, smagliature, recupero post-parto. Ed è così high tech, delicata ma efficace, che può essere usata anche sul seno. **Info:** da 60 euro, germaine-de-capuccini.it **Il prodotto in più:** Body-Hydra Crème Repulpante di Lierac (10,90 euro).

P



COURTESY PHOTO

Le gambe volano

L'estate, ormai alle porte, è la stagione peggiore per la circolazione sanguigna e linfatica: caviglie a cilindro, gambe pesantissime, ginocchia e cosce che aumentano di volume. È il cosiddetto effetto palloncino creato dal caldo che fa rallentare il sangue mentre i liquidi defluiscono con più difficoltà. Se perfino movimento costante, acqua e dieta verde non danno i risultati sperati, ci vuole un cambio di passo. Specifico, non invasivo, anzi piacevolissimo è il Protocollo Endermo-Drenante di **Endermologie**. Grazie alla stimolazione meccanica dei Roll **LPG** in sinergia con il prodotto mirato (**LPG** Spray Fraicheur Jambes Légères), fin dalla prima seduta, si avvertono leggerezza e tonicità. Che aumentano progressivamente fino a rendere le gambe perfette.



Info: da 2,50 euro al minuto, endermologie.com

Il prodotto in più: Crema Rassodante di Giovinezza Tonic Lifter di Dibi Milano (51 euro, in farmacia).



COURTESY PHOTO

Scacco alla cellulite

Poco importa se per contrastare i cuscinetti adiposi si consiglia di affrontare il problema tutto l'anno. L'emergenza cellulite scatta con i primi raggi di sole e l'estetista spesso diventa una specie di guru. Lo è davvero Cristina Fogazzi, in arte "L'estetista cinica", che nel suo centro Bellavera a Milano ha fatto dell'onestà la sua bandiera. Tutti i trattamenti corpo sono personalizzati e abbinati a seri tips da seguire: dieta iposodica e lunghe camminate. La cellulite diventa più facile da combattere con Icoone, un apparecchio dotato di manipoli che "sollevano" la cute, attraverso una microtuta che attutisce il pizzicore, drenando e tonificando in profondità. Ogni seduta si divide in due fasi: nella prima si pratica un drenaggio generale su tutto il corpo; nella seconda si lavora la zona colpita. I risultati sono visibili fin da subito.

Info: euro 110 a seduta, estetistacinica.it

Il prodotto in più: anche la sensorialità è importante. Nutre e dona piacere: Burro Soffice di Beenssere di Collistar (26 euro).



COURTESY PHOTO



La sinergia che alza il tono

Quando abbiamo provato per un po' di tempo, tutti gli esercizi di ginnastica specifici per rassodare zone a rischio lassità come braccia, interno coscia e addome, senza avere buoni risultati, bisogna diversificare la strategia tonificante. E integrarla con un trattamento che unisca le potenzialità del calore, quelle cosmetiche di formule efficaci e l'insostituibile manualità. È la filosofia Vagheggi, dove la radiofrequenza classica, quella unipolare, alternata a un massaggio profondo, e in sinergia con fiale e creme, viene considerata la soluzione ideale. La radiofrequenza scalda attraverso parametri diversi e agisce quindi su più tessuti: sul derma, a una temperatura elevata, stimola i fibroblasti a produrre nuovo collagene; sulla cute, invece, ha un'azione di miglioramento del tono e della compattezza. Nel trattamento Sikelia Tonificante Corpo (45 minuti), si parte allora con una radiofrequenza associata alla crema massaggio, sia per favorire la formazione di nuove fibre collagene che per ricompattare i tessuti. Nel secondo step, viene massaggiata sul corpo con vigore la fiala specifica in modo da farla assorbire completamente. Dulcis in fundo, si chiude con un potente massaggio total body utilizzando la crema Sikelia Gel Crema Corpo.

Info: euro 70, vagheggi.it

Il prodotto in più: Per pelli secche. Dopo la doccia mattutina o il bagno serale, bisogna applicare sul corpo una ricca crema emolliente: Crema Idratante di Cerave (16 euro, in farmacia).



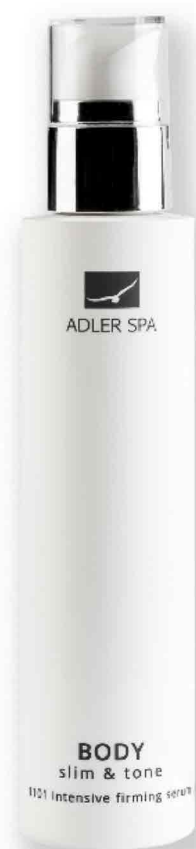
COURTESY PHOTO

Onda su onda

È difficile trovare la quadra quando è necessario affrontare nello stesso momento ben tre inestetismi: cellulite profonda, grasso localizzato e rilassamento cutaneo. La buona notizia è che oggi c'è una novità nel panorama estetico internazionale chiamata Onda Coolwaves: si tratta di una tecnologia tutta italiana che utilizza speciali microonde per eliminare l'adipe in eccesso, tonificare i tessuti ed eliminare la cellulite, di qualunque tipo. Dopo un'attenta diagnosi medica per stabilire l'intensità del trattamento, l'operatore procede con il manipolo che riscalda in modo controllato la pelle. Nessun timore che il corpo possa "bruciare" all'improvviso: un sistema di raffreddamento entra in azione per scongiurarlo.

Info: da euro 290 a seduta. Dottoressa Cinzia Luccioli, via della Moscova 40, Milano, cinziaecesareluccioli.it/

Il prodotto in più: Tonificante. Reduxpatch Perfect Body Rimodellante Rassodante Cosce, Glutei e Braccia di Plante Pharma (32 per 48 patch, in farmacia).



Effetto freddo

Chi le ha provate proprio tutte, ma ha ancora residui di cellulite e cuscinetti adiposi, oggi ha un'arma in più. Si chiama Flash ed è un trattamento che in una sola seduta, abbina onde acustiche e ghiaccio proprio per distruggere ogni singola cellula adiposa. In pochi minuti il medico estetico lascia agire l'onda acustica che attiva il microcircolo, riossigena i tessuti e, eliminando l'infiammazione, distrugge adipe e cellulite. solo in un secondo tempo, usa il ghiaccio che elimina definitivamente ogni residuo di grasso, rimodellando la silhouette.

Info: da euro 600 a seduta - dvora.it

Il prodotto in più: della linea Slim&Tone con Staminal Green, Vitamina A, Acqua Termale della Val D'Orcia (59 euro).



KLAUS PETERLIN